

FESTIVAL DE GASTRONOMIE



Par Alain CHENY
Résidence Kersalic
(Guingamp)

Crème brûlée hyper protéinée



INGRÉDIENTS

pour 14 verrines



- 1 l de lait 1/2 écrémé
- 1 l de lait
- 400 g de jaunes d'œufs

- 200 g de sucre
- 200 g de poudre de lait à 14%

RECETTE

- + Mélanger l'ensemble des ingrédients, cuire au bain-marie au four à 100°C pendant 50 min.

Crème liégeoise hyper protéinée



INGRÉDIENTS

pour 14 verrines



- 1 L de lait 1/2 écrémé
- 200 g de poudre de lait à 14%
- 80 g de sucre
- 40 g de maïzena

- Arômes (au choix)
50 g de vanille,
50 g de chocolat poudre,
40 g de café
- Crème liquide

RECETTE

- + Chauffer le lait avec le sucre et la poudre de lait. Épaissir à la maïzena puis aromatiser.